

تقرير اميركي باخبار انفتاح سوريا على الغرب

سياسة مصر لا تستند الى الانفعال او الارتجال السادات يدعو الى عدم تدخل اطراف اجنبية في أحداث لبنان

القاهرة - الوكالات - أعلن الرئيس أنور السادات في كلمة القاها مساء أمس أمام مجلس الشعب ان سياسته مصر واضحة لانها لا تستند الى الانفعال او الارتجال . وقال ان اندي يحكم سياسة مصر هو تحرير جميع الاراضي العربية المحتلة واحترام حقوق شعب فلسطين . وأضاف ليس لدينا ارض عربية اعز من اراضيها . فالقدس وانجيل وجبل الشيخ ليس اعز من القنطرة او العريش .



مجلسة خاصة لمجلس الامن لنفاضة تفويضات الطوارئ في سيناء

نيويورك - رويتر - يعقد مجلس الامن خلال الايام القليلة القادمة جلسة خاصة لمناقشة التقرير الذي تقدم به نيلة السيت انفاضي الدكتور كورت فالداهيم السكرتير العام لمنظمة الدوليه بشؤون السؤليات الجديدة لقوات التطوير الدولية في الشرق الاوسط .

محك كل اتفاق يكتمل في تنفيذه

القدس - صرح الدكتور يوسف يورع وزير الداخلية في اجتماع عابث مع الحكام لكل اتفاق هو تنفيذه وان المستقبل فقط يمكنه ما اذا كانت مصر مستعدة لاحترام التزاماتها .

وضع سياسة الدولة وموقف حزب ميام

الايبي - صرح اسيد نان بيد سكرتير اعوان القوي القوي في مقابلة انتميه بان لن اسرائيل ان تستسلم بجماعات سياسي وان لن حزب ميامان يذهبها على ذلك . ومن ان حزب ميام لا يستطيع ان يكون سريه غير ذلك في وضع سياسة الدولة .

الكويت يعتمزم شراء اسلحة اميركية وبريطانية

الكويت - رويتر - علم ان سدر رسمي من اس اس ان الشيخ سدر اسيد الله الصباح وزير الدفاع والذراع . اجتمع امس مع كل من سري الولايات المتحدة وبريطانيا لدى الكويت وذلك بناء على طلبها .

١٢٢ مليون دولار قرض ايراني لتوكيا

اقرا - رويتر - صرح امس وزير الاقتصاد الايراني لدى انتميه زيارته لتوكيا استغرق ٣ ايام بان ايران قررت تقديم قرض لتوكيا بـ ١٢٢ مليار دولار لتطوير مرافق البوابات وتطوير الصناعة .

تصدير اجهزة اتصالية بمائتي مليون دولار

الايبي - صرح امس وزير الدفاع السيد داهيد كوخاني مقابله اذاعية بان قيمة صادرات الاجهزة اتصالية والاتصالية الاميركية سيبلغ هذا العام حوالي ٢٠٠ مليون دولار . وقال ان العديد من الدول قد اوصت بشراء اجهزة اتصالية ومن تجهيز هذه السلع في الحال يصطاح بطلبات منها ضرورة نقل مستخدمين وتجهيز خرق انتاج وذلك من الصمم توسيع نطاق الصادرات الامنية الاميركية الى الفخار قريبا .

الملاك خالدي يفتتح مبنى وزارة الدفاع السوري

الرياض - رويتر - أعلن في الرياض ان الملك خالد بن عبد العزيز عامل العربية السعودية قد استقبل نائب وزير الدفاع السوري قائد القوات الجوية والدفاع الجوي ولم يذكر بما دار في الاجتماع الذي حضره الاسير عبدالله بن عبد العزيز النائب الثاني لرئيس مجلس الوزراء ورئيس الحرس الوطني السوري وذكر ان اللواء جميل اجتمع قبل ذلك الى الامم فهد بن عبد العزيز ولي العهد النائب الاول لرئيس مجلس الوزراء .

تحفظ دول كثيرة من قرار لجنة دولية وصف الصيرانية بالعبودية

القدس - صرح الناطق بلسان وزارة الخارجية في القدس بان اقرا الذي اتخذته لجنة الشؤون الاجتماعية المنشقة عن الجمعية العامة للأمم المتحدة لاتخاذ قرار لاتخاذ الامم المتحدة .

واضاف ان هذا القرار يستهدف حرمان الشعب اليهودي من حقوقه القومية مما يدل على ان القرار ليس سوى قاهره عنصرية تسي الى اليهود السلبية التي تبذل في الشرق الاوسط وكانت سيون دولة قد صوتت لية السبت الى جانب قرار لجنة الامم المتحدة في حين صوتت ضده ٢٩ دولة وامتنعت عن التصويت ٧٧ دولة اخرى وكانت من بين الدول التي صوتت ضد القرار دولتان افريقيتان هما ليبيا وساحل العاج وامتنعت ١٤ دولة افريقية اخرى عن التصويت من بينها غانا وكينيا وزامبيا وكاليت من بين الدول التي صوتت للقرار الصين الشعبية واليابان ودول الكتلة الشرقية باستثناء رومانيا التي امتنعت عن التصويت وقد صوتت اسرائيل والولايات المتحدة ومصر دول اوروبيا الغربية وامريكا اللاتينية ضد مشروع القرار .

توقع زيارة اترافي لدمشق قريبا جدا

عمان - رويتر - ذكرت صحيفة الاخبار الاردنية في عددها الصادر امس ان اللجنة الاردنية السورية العليا ستعقد اجتماعا في دمشق في غضون ايام القادمة والمشاركون في الاجتماع زيد الرفاعي رئيس الوزراء الاردني سيمس الى دمشق مع وفد اردني كبير اليوم او غدا للاشتراك في محادثات اللجنة .

سوريا ترفض وساطة اميركا الاسر: لن نرفع اتفاقية مشابهة لانفاد سيناء

الكويت - رويتر - انتقد الفريق حافظ الاسد الرئيس السوري الاتفاقيه المحلية بين مصر واسرائيل وقال في مقابلة نشرت في صحيفة الراي العام هنا ان سوريا لن توقع على اي اتفاقية مماثلة لاتفاقية سيناء وترفض وساطة الولايات المتحدة للتوصل الى اتفاق بين اسرائيل وسوريا حول هضبة الجولان .

ديتسن وكينسجر يجتahn في موقف سوريا

واشنطن - رويتر - اجتمع سفير اسرائيل في واشنطن السيد سمحسا وديتسن اول امس بالدكتور هنري كينسجر وزير الخارجية الاميركية والمات صامد مولوق بها في واشنطن بان الجانبين بحثا موضوع الزيارة التي يقوم بها الرئيس انور السادات لواشنطن في اواخر الشهر الحالي وموضوع التوصل الى تسوية مع سوريا وقالت هذه المصادر ان الولايات المتحدة لا تعرف في الوقت الحالي موقف سوريا من تعديد انتداب قوات الطوارئ الدولية في الجولان وعليه فان الدكتور هنري كينسجر والسيد ديتسن لم يتفقا بالتفصيل الى هذا الموضوع .

تعين كونيكيوف نائباً لوزير خارجية روسيا

موسكو - رويتر - اجرت الحكومة السوفياتية تقرا في جهاز وزارة خارجيتها بتعين السيد كونيكيوف كونيكيوف نائبا لوزير خارجية الاتحاد السوفياتي وقد شغل التائب الجديد منصب مستشار السفارة السوفياتية في واشنطن قبل تعيينه عام ٦٧ ولها لفترة شؤون الولايات المتحدة في وزارة الخارجية السوفياتية .

الاصحاح السياسي

الاصحاح السياسي في لبنان

بيروت - رويتر - حذر السيد كمال جنبلاط زعيم الحزب الاشتراكي التقدمي اللبناني بعد الاجتماع الذي عقدته لجنة الاصلاح السياسي المنشقة عن هيئة الحضور الوطنية في بيروت قبل ظهر امس حذر من مقبة التسلسل الذي يصيب لبنان حاليا .

ومن جهة ثانية صرح السيد بيرجيل زعيم حزب الكتائب اللبناني بانه يشي اعادة السلام والان للبلدان قبل كل شي . ومن ثم تحدث عن الاصلاحات وتضمن لجنة الاصلاح السياسي ست شخصيات لبنانية كبيرة تحت في انهاء الازمة في لبنان .

وكان الهدوء النسبي يسود بيروت وسواها امس على الرغم من قيام حواجز متحركة في بعض الشوارع لاختلاف الانقسام .

وقال راديو بيروت ان قوى الامن كانت تتوجه لاجراء الاقام وتأمين سلامة المواطنين كلما وجدت الاية من اقامة مثل هذه الحواجز . وذكر ان الراديو ان الحالة في بيروت كانت جيدة اجمالا وتوقع بالارتياح ميدانيا . وقالت قوى الامن باغلاق طريق الشيخ بشارة القروي في وسط بيروت لاسباب امنيه . وقال ان الحالة في سائر المناطق اللبنانية حسنة باستثناء منطقة زحلة في شرق البلاد حيث حول السرح على البقية على س ٦ ٤ .

عودة الرئيس الفرنسي من زيادة موسكو

باريس - صرح - عاد الى غسنا امس السيد داري جيسكار ديستان الرئيس لفرنسي بعد انتميه زيارته الرسمية للاتحاد السوفياتي ووقع خلالها على اتفاق للمساعدة بين فرنسا والاتحاد السوفياتي . وصدر بيان سوفياني فرنسي مشترك جا فيه ان الطرفين يدعوان الى عقد مؤتمر اوروبي موسع لبحث موضوع نزع السلاح النووي . ودعا الطرفان الى انسحاب اسرائيل من الاراضي العربية المحتلة عام ١٩٦٧ والامانة دولة فلسطينية .

وصرح الرئيس الفرنسي للسوفياتين في باريس بان محادثات مع الزعيم السوفياتي ليونيد بريجنيف كانت ودية ومريحة وتناولت القضايا الثنائية الراهنة والشاكل البولية . وأضاف يقول انه وجد السيد بريجنيف في صحة جيدة .

الاتحاد السوفياتي يجري تفجيرا ذريا

اوساوا - يونايتيد برس - سجل معهد الرصد في السويد انفجارا ذريا تحت الارض قام به الاتحاد السوفياتي اول امس في جزيرة توفويا زلايا في المحيط للتجديد الشمالي .

تصادمات متفرقة في لبنان للاردن

القدس - ذكرت صحيفة التي صدر العدد الاول منها العديد من الصاروخ والشركات بدأت اخذ ترتيبات لتسليم الصلبة وغير المستقرة التي تم اطلاقها من الجولان الى لبنان . وكان مجلس جامعة الدول العربية قد عقد اجتماعا امس على مستوى وزراء الخارجية وذلك بقر الجامعة العربية لبحث تطورات الموقف العربي الدولي ونتائج الاتصالات التي تمت حتى الان بشأن الموقف في الشرق الاوسط وتعديد موعد مؤتمر القمة في القاهرة .

تصادمات متفرقة في لبنان للاردن

القدس - ذكرت صحيفة التي صدر العدد الاول منها العديد من الصاروخ والشركات بدأت اخذ ترتيبات لتسليم الصلبة وغير المستقرة التي تم اطلاقها من الجولان الى لبنان . وكان مجلس جامعة الدول العربية قد عقد اجتماعا امس على مستوى وزراء الخارجية وذلك بقر الجامعة العربية لبحث تطورات الموقف العربي الدولي ونتائج الاتصالات التي تمت حتى الان بشأن الموقف في الشرق الاوسط وتعديد موعد مؤتمر القمة في القاهرة .

تصادمات متفرقة في لبنان للاردن

القدس - ذكرت صحيفة التي صدر العدد الاول منها العديد من الصاروخ والشركات بدأت اخذ ترتيبات لتسليم الصلبة وغير المستقرة التي تم اطلاقها من الجولان الى لبنان . وكان مجلس جامعة الدول العربية قد عقد اجتماعا امس على مستوى وزراء الخارجية وذلك بقر الجامعة العربية لبحث تطورات الموقف العربي الدولي ونتائج الاتصالات التي تمت حتى الان بشأن الموقف في الشرق الاوسط وتعديد موعد مؤتمر القمة في القاهرة .

تصادمات متفرقة في لبنان للاردن

القدس - ذكرت صحيفة التي صدر العدد الاول منها العديد من الصاروخ والشركات بدأت اخذ ترتيبات لتسليم الصلبة وغير المستقرة التي تم اطلاقها من الجولان الى لبنان . وكان مجلس جامعة الدول العربية قد عقد اجتماعا امس على مستوى وزراء الخارجية وذلك بقر الجامعة العربية لبحث تطورات الموقف العربي الدولي ونتائج الاتصالات التي تمت حتى الان بشأن الموقف في الشرق الاوسط وتعديد موعد مؤتمر القمة في القاهرة .

تصادمات متفرقة في لبنان للاردن

القدس - ذكرت صحيفة التي صدر العدد الاول منها العديد من الصاروخ والشركات بدأت اخذ ترتيبات لتسليم الصلبة وغير المستقرة التي تم اطلاقها من الجولان الى لبنان . وكان مجلس جامعة الدول العربية قد عقد اجتماعا امس على مستوى وزراء الخارجية وذلك بقر الجامعة العربية لبحث تطورات الموقف العربي الدولي ونتائج الاتصالات التي تمت حتى الان بشأن الموقف في الشرق الاوسط وتعديد موعد مؤتمر القمة في القاهرة .

الاسم... من اسفل الظاهر !

من ذلك بعض انهم لهذه الاملاح . وعلاج الحالة يتوقف على تحليل اسم وما تتطلبه هذه الحالات من علاج خاص .

نما : الاسم اسفل الظاهر نتيجة لمرض في البطن او في الحوض مثل القولون ، والرحم والبروستاتا سوء .

حدث بها التهاب او تضخم او ورم . فان الامعاء تنتشر فتؤثر على اسفل الظهر ، ويتبع هذه الامراض اعراض تختص بها ويطلب الطبيب التوصل اليها واذا عولجت تحسنت الام الظهر .

وذا كانت تدريجيا .

حدث بها اسباب الام اسفل الظهر .

اجبت ان اسرها لكي يكون عندك حالة المرض تعرف انه يعاني من اضطرابات نفسية . ويلاحظ ان علاج مثل هذه الاضطرابات تحسن من الام اسفل الظهر ولكنه يجب ان يفحص المريض فحسا دقيقا ولا يغفل عن تشخيص مرضه نفسيا الا بعد التأكد من خلوه من امراض عضوية .

سأبنا : القروح ، ووذمة املاح حامض البوليك في الدم واضطرابات املاح الدم الاخرى تؤدي في بعض الحالات الى الام بالظهر ، ويمكن التأكد

خاصا : الام الناتجة من التهاب حاد او مزمن في الفقرات والمفاصل وينتج ذلك من ميكروبات تؤثر على جسم الفقرة او الاربطة المحيطة بها والتهابات .

وربما نتج عن ذلك خراج حول الفقرة وفي حالة التهابات الزمن كما هو الحال في دون المفاصل وكل هذا ينتج من اجراء فحوصات خاصة على الدم وعمل الاشعة اللازمة وعلى اساس النتائج يكون العلاج .

سأبنا : الام الناتجة من الاضطرابات النفسية ، وهذا ايضا كثير حدوثه عند توتر الاعصاب وعدم تدريج الضغوط والاحساس بشد كل سحاء الجسم . واذا تبع الطبيب لتتبع اسبابها ولقد انحصرت على اهم وكثير الضغوط منها . فمثلا : اذا كانت اسباب نادرة الضغوط ، واجبت ان تجنب ذكرها لكي لا تؤثر على تفكير القارئ ، فينبغي القراء يقرأون مقالات الطبية ويطلقونها على انفسهم وسرعان ما تقرأ لهم جميع الامراض . ومن عجب انهم يتكلمون منها الاسوا والاشد خطورة مع انهم لا يعانون من مظاهره الامراض والمعالج من قرا وحكم قله .

الظهر ويحدث الام السديد . واذا ضغط التوتر . على الاعصاب الطرفية سبب لنا في الساق وهو الذي يعرف بعرق النساء . واذا كانت الاصابة انتد وربما سقط التوتر . على التشنج الشوكي وسبب نسلنا نصفا اسفل واحتاج المصاب الى التدخل الجراحي في اسرع وقت ممكن .

وفي الحالات الشديدة ايضا ربما ادت الى كسر في العمود الفقري او كسر جز من هذه الفقرات بسبب الاما تنديدا . ويظهر جليا الجزء المصاب بواسطة الاشعة .

نايا : الام الظهر نتيجة للاوضاع الخاطئة او القير سحبة أثناء الجلوس او القيام بأي عمل . وهذا ما يحدث بين نظرية هذا والعدا عندما لا تراعى الجلسة او الوقوف الصحيح حيث يسبب ذلك جهدا على المفاصل والاربطة والمفاصل . وتشتد هذه الحالات . بعد تمارين رياضية تعوض ما حدث من اثر في الجزء المصاب على ان لا يعود المصاب الى التمرين الذي سبب له هذه الام . ويعود نظرية والمعالج من صفرهم على ان يكونوا في وضع صحيح وسليم أثناء عملهم . وانتاشرة هذه وضعية في تحاف الاجسام والذين لا يمارسون العاليا رياضية .

نايا : الام اسفل الظهر التي تحدث نتيجة لالتهابات روماتيزمية والتهاب المفصلي العظمي الزمن في كبار السن .

الظهر ويحدث الام السديد . واذا ضغط التوتر . على الاعصاب الطرفية سبب لنا في الساق وهو الذي يعرف بعرق النساء . واذا كانت الاصابة انتد وربما سقط التوتر . على التشنج الشوكي وسبب نسلنا نصفا اسفل واحتاج المصاب الى التدخل الجراحي في اسرع وقت ممكن .

نايا : الام الظهر نتيجة للاوضاع الخاطئة او القير سحبة أثناء الجلوس او القيام بأي عمل . وهذا ما يحدث بين نظرية هذا والعدا عندما لا تراعى الجلسة او الوقوف الصحيح حيث يسبب ذلك جهدا على المفاصل والاربطة والمفاصل . وتشتد هذه الحالات . بعد تمارين رياضية تعوض ما حدث من اثر في الجزء المصاب على ان لا يعود المصاب الى التمرين الذي سبب له هذه الام . ويعود نظرية والمعالج من صفرهم على ان يكونوا في وضع صحيح وسليم أثناء عملهم . وانتاشرة هذه وضعية في تحاف الاجسام والذين لا يمارسون العاليا رياضية .

نايا : الام اسفل الظهر التي تحدث نتيجة لالتهابات روماتيزمية والتهاب المفصلي العظمي الزمن في كبار السن .

لا شك ان مظهرنا قد تعرض لآلام اسفل الظهر . وربما كان ذلك شديدا او هينا . تطول مدته او تقصر . يلعب فترة ثم يعود مرة اخرى ويحق كذلك لكل انسان ان يتساءل ما اسباب ذلك؟ وهل من علاج ناجح مثل هذه الحالات؟

ولكي تعرف اسباب هذه الام لا بد وان يكون هناك فكرة عن مكونات اسفل الظهر : فهو يتكون من نهاية الفقرات القشرية والفقرات القطنية والمعجزة وبينها الغضاريف . وتربطها من الامم والخلف اربطة طويلة قوية وهذه تكون العمود الذي يرتكز عليه الجسم . وخلف ذلك تكون القناة التي يمر بها النخاع الشوكي وينتهي ذلك بعضلات الظهر التي تلتصق بعمقه

ان لآلام اسفل الظهر اسبابا عدة . وكما قلنا انه اذا اصاب اي جزء من تكوين الظهر . او اي عضو مجاور له احس المريض بالآلام . فمثلا : اذا كان من انواع العضو المصاب . لذلك كان من الواجب ان لا يتناول المريض احد هذه الام . لانه اذا تقدم بها الوقت كانت صعوبة العلاج . وكما ان مريض ناهون في ذلك وكان مصحح ان صار طريق الفراش . لا يمكن ان يبرحه . وكما ان مريض سأل غيره . ممن ليس لهم دراية بالطب ووصفت له وصفات كانت سببا في استئصال دانه واستحالة دوله . ومن هنا يظهر جليا دور الاطباء في مثل هذه الحالات . ولا يقولون مصاب بعرض في ظهره . ما القاداة ؟ انسه الروماتيزم ليس له علاج . فربما يكون ليس هذا مرضا روماتيزميا .

التشخيص اولا

ومن البديهي ان والحد ذلك ان يستعمل الطبيب كل ما اوتي من علم ودراية . ثم الفحوصات الجسدية . والفحوصات الخاصة من اشعة وانجزة حتى يصل الى تشخيص المرض . والى يكون العلاج الناجح . وفي بعض الحالات تنفرغ الاسباب وتتبدل بحيث يصعب على الطبيب ان يشخص المرض سريرا . ويحتاج الوقت الى تنجلى الامور التي يقع على العمود الفقري في اسفل الظهر . ثم التدليك والطب الطبيعي وما يشمل من تمارين كلها لازمة لتقوية عضلات الظهر بعد ان تتحسن الام بالظهر الخاص لذلك .

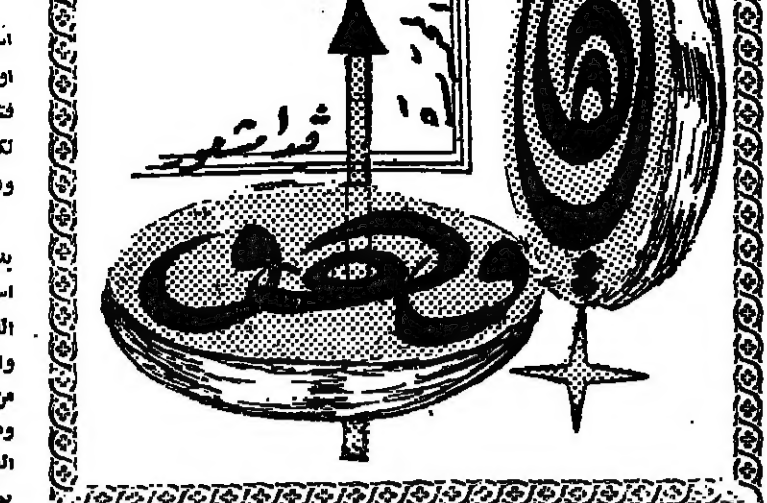
نايا : الام اسفل الظهر الناتجة من التهابات الفقرات للمعدة الصلبة بما في ذلك الكالسيوم . فتشخص الفقرات وتوقف صلابتها وينتج من ذلك ضغط على الاعصاب القشرية علاوة على الام التي تحدث في الفقرات . ويلاحظ ذلك في كبار السن والمعالج في هذه الحالة هو ان يتحرك المصاب قدر استطاع لان ذلك يساعد على ارجاع المادة الصلبة الى المفاصل وينتج ذلك انحاء القويبات المختلفة بما في ذلك القيتامينات .

وتشعب الاسباب ايضا كان الواجب على الطبيب الذي يواجه عرض يشكو لنا في اسفل ظهره ان يتروى في كل شي . اللهم الا اذا كانت الحالة حادة وخطرة . يتروى في اخذ تاريخ المرض من مريضه . وكيف حدث ومتى حدث وهل يزيد سوء ام يتحسن . ونوع الام . واخذ وصف الام يدعه وعلاجه بالحرارة . والسي . ثم ظهور اعراض اخرى غير الام الظهر . كل هذا علم . ويجب على المريض ان يكون ديد في اجابته الطبيب . واذا كان لا يعلم يقول لا اعلم حتى لا يضل الطبيب ويجد نفسه في مشاة لا نهاية لها وكما مريض شخص مرضه بوضف المقيقة فكان خير ممن لطبيبة . وكما من طبيب اشفق في الوصول الى تشخيص سبب الام لان مريضه اخفى او ناسى تاريخ مرضه .

اسباب آلام اسفل الظهر : ولكن هذه الاسباب عديدة كما اسلفت فاني ساتناول بعضها . من حيث كثرة حدوثها واحتمالها .

اولا : الاصابات وهي اما ان تكون بسيطة . او شديدة . وعليها تعتمد نوعية الام . فاذا كانت بسيطة : كحركة صعبة ادت الى شد في الاربطة حول المفاصل او شد لفصلات دون تمزق بها . وكثيرا ما يحدث ذلك اننا العمل الشاق وعلى فترات يكون الام . فاذا كان شديدا استد مدة الام وطالت مدته حتى يشفى ويستطيع هذا الشد للراحة والارتخا . بالمسكات ما دام لم يحدث اي تمزق بالعضلات والاربطة . ويتبع ذلك التعرض للتهابات الالتهابية والبرود وما يسبب من الامم باسفل الظهر والبرود باسم اللياجو واذا كانت الاصابة شديدة . او كانت متوسطة ودامت جزءا او مفصلا كان مائرا بعرض . سببت ذلك تقيرا في وضع الجزء المصاب وتركيبه . مما يسبب لنا تنديدا .

يزداد بحركة الجزء المصاب . ويحتاج الوقت طويل للعلاج وربما احتاج للتدخل الجراحي في بعض الحالات لاصلاح ما اصاب من اجزاء . ومعاونة وضعها في وضعها الطبيعي حتى يعود للمصل حركته الطبيعية مثال ذلك التواء الذي يحدث في الفقرات بين المفاصل او انفصال جزء من المفاصل داخل مفصل مصاب بالتهاب مفصلي مزمن . ولعل من الاسباب الكثيرة حدوثا هو التواء الفقرات الذي يحدث عندما يرفع الانسان حملا ثقلا من الارض فيس و كان شيئا حدث في اسفل



جمالك وصحتك

لا شك ان نقا . وصفا . وجهك . يا سيدتي . من الانبياء . المهمة لتزيينك .

نفسا بل هي ام الاشياء في نظرك . وعمما يكون وجهك كله حيوية وصفا . مستعدين بسعادة واخلاق .

البشرة

ان هذا الناق وعلم الحيوية لا تمنحني بهما الا بمناخك وعنايتك . بشرتك ومرتبة او مؤثرات نظرا على بشرةك وعنايتها علاجا طبيا سليما . فغالبا ما يظهر في سن المراهقة حب الشباب وتغير لون البشرة ونوعية بشرتك وشعر . فاذا كانت البشرة من النوع الدهني واليد قابلة لتقود في حب الشباب . جلد الرأس فان حب الشباب يصيب من الامور التي تسبب مشاكل خصوصا ان كنت صاحبة بشرة دهنية . لان القلق والاضطراب يؤثران بالقليل على بشرة الوجه ويؤديان بالحيوية والتفكير والقلق . واليك بعض القواعد لتتخلص من حب الشباب : - راعي الابتعاد عن الاطعمة الدنية بالدهنيات والشوكولاتة او الكاكاو . - استعملي نوعا جيدا من الصابون او سائل منظف للبشرة ثلاث مرات يوميا . - لا تستعملي الكريمات المحتوية على نسبة كبيرة من الدهون وراعي استعمال السوائل المخصصة على تنظيف الوجه . - الحبيبات وذلك تخفي تماما من وجهك .

البرد العادي

واذا اصبت ببرد عادي فهذا يؤثر على وجهك . وقد تب علميا ان معظم حالات البرد العادي يتم فيها التهاب في الحلق في خلال اسبوع . عليك مراعاة بعض الامور عند اصابتك بالبرد العادي : - حاول عدم استعمال نقط الانف دون راي الطبيب لانها قد تؤدي الى التهابات في غشاء الانف . - واحاول ملازمة البيت كي يكون للراحة وسرود ذلك بالراحة . عليك مراعاة تناول قدر كاف من السوائل الدافئة .

قشور الرأس

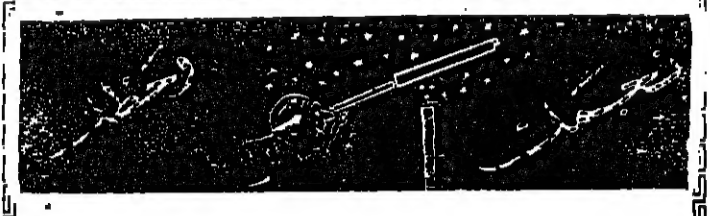
من الاشياء التي قد تصيب شعرك تلك القشور التي تلتصق منقرا ملايك القشرة الاربعة . وتنتج ظهور بعض القشور الخفيفة لا تغسل فقد يعود ظهورها الى عدم غسل الشعر جيدا . بلا . بعد الشامبو ومن المحتمل ظهور تلك القشور عند تغير الفصول وكل هذه ظواهر طبيعية لا تقلق منها . وعند ظهورها بصورة واضحة استعملي ذلك عند شطف الشعر واستعملي في ذلك لان استعمال الخل يزيل القشور ويكسب شعرك النعومة والجمال .

قشور الرأس

لا تنسى ان وجود بعض الخلل بالفرد قد يسبب في زيادة القشور . وانتلا . القوام وخاصة في خلل في القند الدرقية ان كانت في حالة خلل غالبا ما يحدث في السن للتقدم ولكن هناك بعض الحالات التي تحدث للشابات الصغيرات . وهذه الحالات يمكن علاجها بسهولة خصوصا بمساعدة البرد . وفي حالة خلل القند لا يؤثر البرد في نظام غدائنا فقط في القاص السري . فحينئذ يفتت بمسار ذهنية باردة .

قشور الرأس

بالفرد قد يسبب في زيادة القشور . وانتلا . القوام وخاصة في خلل في القند الدرقية ان كانت في حالة خلل غالبا ما يحدث في السن للتقدم ولكن هناك بعض الحالات التي تحدث للشابات الصغيرات . وهذه الحالات يمكن علاجها بسهولة خصوصا بمساعدة البرد . وفي حالة خلل القند لا يؤثر البرد في نظام غدائنا فقط في القاص السري . فحينئذ يفتت بمسار ذهنية باردة .



الحمد

الحركة . وتنقل يناسيانك . يعتد العظ شريك ويصيرك . لسط منه . اكثر من فرصة للمساعدة . النجاح يتحقق في حياتك الاجتماعية . والمناخية . رقم الحظ ٧ .

الشور

عملك يدك حياتك كلها في هذه الفترة . حالك المادية في تحسن . انتبه من سوء قدام . اتخذ الامور في هذه . تغير ملحوظ في نهاية الشهر . رقم الحظ عندك ٥ .

الجوزاء

سيكون النجاح حليفك احذر اياها . لا تترك قد تقع في الشراك عاجلا . بالبرغم من وقوع بعض الاشكال هذا . لا سيما فالت في فترة انتعاش . اخير ساره .

السرطان

مشاكل العائلية تحل بسهولة . الكبار يسعدونك كثيرا . الوقت غير مناسب للاعمال ابدأ في تنفيذ مشاريعك . نال ما كنت تفكر فيه . مند وقت طويل .

الأسد

اخيرا ستحصل على ما تمنيت . حذر من رسالة تصلك . قد تربط خلاقات حادة في هذه الفترة شخصية عامة لم تفكر بها ستمد لك يد عون . انت بحاجة الى الراحة . اسعد الايام الطيبة .

العداء

لا تعلق لوات فرصة . فكر جيدا قبل ان تقدم على اي اسبوع . بالي . بالنجاح . الناحية العاطفية والعائلية لا تتدخل في شؤون الاخرين . الاجد الفضل اياك .

الميزان

يسود الهدوء . حياتك ابتداء من يوم الخميس او يوم الاثنين . شخصيتك الجادة تجذب الاخرين . وقربهم اليك . عاطفة ملتصقة تنتهي . الزواج . فالت عندك ٣ .

القرب

قريبا تعطي لك الفرصة لتحقيق . مع برامجك الخاصة . هذه فترة نجاح بالنسبة لك . مشاريعك الجديدة حسنة استدر بها انتبه . حالك المادية . يوم السعد . الاربعاء .

القوس

الوقت مناسب لتحقيق احلامك . لاسبوع القادم يكون قد فات عليك الوقت . اصداء . جده يملأون حياتك بالمساعدة . تحصل على مساعدة لم تكن تعلم بها . ستكون محظوظا . الكثيرين فاستغل الفرصة .

الجدي

حافظ على الهدوء . فوسفك ملي . بالمعروف . اطلب مساعدة ونفيرا . له . ان تلت في مشروع فاجعله بداية نجاح . ستزول مشاكلك بشكل طاري . لا تنك مشرعا .

الدنو

احذر من السيارات . القوس املك ذاتين بعض المعارف يخالو الايقاع بك . وبهم يعساو . احاد لافلاك مع صديق . رقم الحظ ١٧ .

الحرث

الوقت من ذهب . لا تضيعه . الاستثمار محب فاحذر التذليل . خير فرح يصلك هذا الاسبوع رحلة غير متوقعة تيد اليك تنبأ .

الفرح مبروك

تهنئة

الناصرة - احتفل يوم الاحد الماضي

بعقد قران السيد جورج يعقوب بنا .

على الانسة ليان فايز سكران وقد حضر الاكليل شحات الاقارب والاصدقاء .

تمت للعرس حياة زوجية هنية وبالألف واليهين

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

رام الله - احتفلت الطفلة

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

الفرح مبروك

تهنئة

الناصرة - احتفل يوم الاحد الماضي

بعقد قران السيد جورج يعقوب بنا .

على الانسة ليان فايز سكران وقد حضر الاكليل شحات الاقارب والاصدقاء .

تمت للعرس حياة زوجية هنية وبالألف واليهين

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

رام الله - احتفلت الطفلة

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

الفرح مبروك

تهنئة

الناصرة - احتفل يوم الاحد الماضي

بعقد قران السيد جورج يعقوب بنا .

على الانسة ليان فايز سكران وقد حضر الاكليل شحات الاقارب والاصدقاء .

تمت للعرس حياة زوجية هنية وبالألف واليهين

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

رام الله - احتفلت الطفلة

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

سحر محمود انجاس ياسين يعيد

لحديث يمكنه من خلال اكتشافاته
فهيومية ، زرع الإسماعية على وجهك .
أن لم تياس ، ولو ان ضحكته
صحت اضطاعية ، وعيناها تتروار
الكموع كلما رأت وجهه مبس . وهه
شغل قفسها في اوقات فراغها ينظر
ياب المولود المنتظر .. فهل ينمو
نظاها ؟

عبي الديوك
ماكولات شهية ، خضرة ممتازة
مزرعة سياحة - اسعار معتدلة
اربعينا

تعد (أزمة) مجلس ادارة
شعباء محافظة القدس ،
من الاسرار . فهي الان في

قد يزعم ان ثمة نية لاقراء اجراءات تكفل استثمارية عمل
في المستوى الاثام، وان تلك الاجراءات باتت في حوزة
ليجند للامانة الاهداف الذي ربما ادى الى تعطيل فاعلية
الادارة، فهنا قيل في هذا الشأن، يظل من الافضل ان
يصادم البالغ في ابداء الاجتهادات غير الالفة للمصالح
في العمل، حول خير علاج لازمة او انجع سبيل لتحقيقه.

اسباب الازمة الراهنة في الشركة كانت لا تعدو عملاً
في شأن بعض كبار الموظفين وكان في الوسع معالجتها
لو ان الشخص المعني ابتعد عن التردد المكتف في
في هذا العمل، وان تبقي الوساطة المعنية كامل حرس
في بلوغ النتيجة الرضية التي تضمن عدم تعطيل أعمال
الشركة العربية الكبيرة، تكن العناد هناك، واصر
على إعادة الشخص المعني المتردد الى العمل، جعل
في مجلس الادارة تنفيذ اي قرار اداري مؤثر -
كان مستحسن ان تتوقف الازمة الى هذا الحد بحيث
رأب الصدع، وإعادة النوام بين رئيسي
الادارة، غير انها لم تتوقف، وانما امتدت
في الرسائل غير الموضوعية، وتراقب بعض الاتهامات
المحددة والمدة المعنية لعمادتها - على حد
وأساء رؤساء بلديات بيت لحم وبيت جالا وبين

أول شيء يؤمّن في كل هذا ، أن البعض بات لاستيعاب
لغة هذه الشركة العربية الكبيرة ، وإنما قد طغت عليه
سبيلها يبدو - شعار ذات نوع أناني غير مقصود على الإيجاز
بماض المنطق ، والثاني عن جادة الصواب ، من خلال
الافتقار إلى خيالية ، وشكوك لا تستند إلى واقع أو عمل !!
سبيل العربي لا ريب في أن يبرز مثل هذه الظاهرة ، وفي الظهور
التي هي العادة ، يفرض على رئيس وأعضاء مجلس الإدارة
التي تستلزم النقل في ضرورة الالتقاء على نقاط محددة من شأنها
التي هي الاتفاق على عقد اجتماع كامل التصاب للمجلس -
فإنه هو الحال الآن - بحيث يتاح فيه من جديد التماس
التي هي تحقيق كفاية تحقيق المعالجة الفعالة لنشئ المشكلات
التي هي تهدد الشركة بخطر التعطل أو الفوضى الضارة -
التي هي مثل هذا الشعور بغمق المسؤولية - أن
مستقبلها - يؤمل في أن لا يتردد أعضاء المجلس
مطمئن بعض التحديات المؤدية ، بالتناهي إلى سرعة الالتقاء
توجه إلى ما يحتمه الواجب القومي من قرارات نافعة تحفظ على
التي هي أهميتها من جهة ، وتكفل لها استمرارية العمل المتناهي

أما التماس ، وأما التردد والعناد ، فإن أقل ما يمكن
تفهم به ، هو التهاون بمصالح المواطنين ، والإساءة إلى
أدب وسمعة .

بيت حانك
ت وعينها
الاصحاب لل
الفتاك وال
دية - العا
ملك والتدو
الاصحاب لل
عاصفة

مكرة الطيران عن

ات

الملك حكم عليه بالوت وأورسل
يضره . وتوالت في العالم ما
الملك هوبل إلى قمة جبل الماستر
مع نرا ضخما قويا وكل فاء
نفسه إلى رجله لم أتى بنفسه
الو الجبل ... فيست الترس ج
وطار إلى الفضاء .

وكان الرجل اذا اراد الانفض
جذب راس الترس يده إلى اسفل
رغب في الارتجاع دفعها إلى اعلا
وهكذا طار الرجل في الهواء
للديته بين تاهيل الناس وكثيرهم
وخشي الملك ان يستغل امر
العالم الجياد فانسل رسله في كل
مكان باحثين عنه باسفين ايبويه
بالبناديا . لكن فحبت جهودهم
الرياح .

فهذه القصة القديمة التي حو
بعض الروائيين في قصة «السند
الجوي» تدلنا على وضعا على
دقي الفراغة العقلي والعلمي
«تاجيه» كان اول شعابا لكس
الطائر .

والقصص تدل على ان عقليتها
قد ابلجت امام العقائس القاصدين
والمتصبيين ، قال الشيخ اعني
مستول الملك مينا على الوجهه
واسمح ملكا لعر العليسا
على وجه التامين ، اورد فيرويه
الواد ، بكارم العلماء واستقلال علوهم
الشيخ الخاتم حكمه الجديد . وزعا
والزعره وضعت بيتا وفرد
الاعمال الا علما شيئا اسمه ، تاجه
والشكر . واولئك الملك استمالته
الملك على ملكه .

الأيام
جريدة يومية سياسية

رئيس تحرير السبيل
يعقوب خرمه
اصحاب الامتياز

جميع منشورات اور شليم القدس
اتحاد الادارة
طابع حادكا ۷ ربيع الثاني
تلفون ۵۲۷۲۳۳/۱
للمراسلات : من ب. ۴۲۸

تطبيع في
مطابع دو كمان
الجريدة غير مسؤولة

عن مضمون الاعلانات
الرسائل والمقالات
لا تعاد لصحافتها
نشرت او لم تنشر

القائمة

فی ریشون لتصیو

حيفا - من شفيق منصور -
مساء يوم الجمعة ليلة سمر
تميزت باللقاء الدرزي اليهودي
الثقافة التالية اجلس - العما

درزية هي الاولى من نوعها في
وقد دعا اليها ونظمها تجلس العمال
بكونها جمعت بين انظر الدرزي-من دس
الطيفة الدرزية ومساهمتها في تقبل

السيد اديب كمال من خاتبة الكرمل
سبع عشرة لوحة من رسومات الطيدنة
التي تبرز مختلف نواحي الحياة للقريه
الندرية وبعض المناظر الطبيعية الجميله

كما ظهرت على المسرح فرقة الديك
والرقص الشعبي من دالية الكرمل
بقيادة سامي حديد حيث قدمت الوداع
جميلة من الندية الشعبية . وفي مجال

استحدثت عن الطائفة الدرزية تكلم كل من السيد كمال منصور مستشار رئيس الدولة لشؤون الاقليات وللعمامي زكي كمال مدير المحاكم الدينية الدرزية عن

العلاقات النرويجية اليهودية قبل وبعد قيام الدولة وإشاراً إلى التقدم الثقافي والاجتماعي الذي عُرِفَ على القريسيين النرويجية كما أشارت إلى بعض التواحيات

المعلمي زكي كمال جانباً كبيراً من
مخاطبته في التحريض عن الخصال

الطائفة منذ ان اعترف بها طائفة مستقلة في اواخر الخمسينات واجيز لها ان تملك محاكمها الشرعية. ومؤسساتها الدينية في اوتل الستينات والقرن ذلك على تطوير

الاجتماع - كما اشار الى انخراط الشباب
الدور في سلك الجيش والذبح الامم
الاخرى واتر ذلك في تغيير بعض المفاهيم
والاوضاع الاجتماعية في القرية الدورية

وزارة الداخلية تقر
ضم قرية اكبره لصفد

خيلا - من يوئيل حاد - القرد
وزادة الداخلية ضم قرية اكبره
نطاق حدود مدينة صفد
وجاء هذا القرد في اعقاب توصيات

لجنة خاصة كانت قد شكلتها الوزارة
ليبحث أوضاع هذه القرية .
وبعيد مراسلتنا إلى بلدية صفد
تقرر بعد درسيها ضم هذه القرية
إلى بلدية المنطقة .

بشكل غير رسمي إلى أغلبية أعضاء المجلس البلدي موافقتهم على طلب وزارة الداخلية .

مثل هذا القرار ناجم عن الرغبة في تقديم الخدمات لسكان هذه القرية إن عدد سكانها الذي لم يزد على بضة مئات لا يسمح لهم إمكانية إدارة مجلس

محلی مستقل و تحمل فلاحه

نابلس - الدكتور عبد
وانسبائه آل قرمان الكرام
بوفاة فقيدهم وعميدهم المرحوم

عبد الرؤوف

الذي عز علينا نعيه
الله فسيح جناحه وتقدمه يوم
ونا لله

Abstract

100